

Powerchair Hockey – Lager in Sumiswald - November 2019

Vom 21. – 24. November 2019 fand zum ersten Mal ein Lager der Muskelgesellschaft mit dem Schwerpunkt Powerchair Hockey statt. In Zusammenarbeit mit Swiss Powerchair Hockey wurde an vier Tagen mit den Teilnehmenden an ihren technischen und taktischen Fertigkeiten gefeilt und natürlich viel gespielt. Der Assistenz-Coach der Schweizer Nationalmannschaft, der die Trainings leitete, organisierte ein vielseitiges Programm, das seinen Höhepunkt mit der Sport-Olympiade am Samstag fand.

Ilona (14), eine Teilnehmende des Lagers, berichtet wie folgt darüber:

„Schon bei der Hinreise war ich richtig gespannt, weil es das erste Powerchair-Hockey Lager, das die Schweizerische Muskelgesellschaft auf die Beine stellte, war. In Sumiswald stellten wir uns erst Mal vor, dann machten wir ein Quiz über die Powerchair-Hockey Regeln. Nach dem Quiz bezogen wir unsere Zimmer. Am Nachmittag hatten wir das erste Training. Als wir und unsere Motoren warmgelaufen waren, machten wir verschiedene Fahrübungen. Wir mussten präzise, aber auch möglichst schnell einen Parcours absolvieren. All das auch rückwärts. Am Freitag feilten wir an unserer Ballführung und arbeiteten an unserer Reaktion. Wir machten auch Matches mit verschiedenen Teams. An jedem Abend sassen wir im Gemeinschaftsraum und hatten es immer lustig. Manchmal lachten wir uns fast zu Tode. Alle freuten sich auf den Samstag, weil dann eine Hockey Olympiade auf dem Programm stand. An diesem Tag, waren Mitarbeiter der Helsana Versicherung zu Besuch. Mit gemischten Teams spielten diese mit uns Hockey. Sicher war das das erste Mal, dass sie in einem Elektrorollstuhl sassen. Deswegen hatten da alle etwas zu schmunzeln. Am Nachmittag konnte jeder Spieler zwei Helsana Leute aussuchen, und mit ihnen an der Hockey Olympiade teilnehmen. Es gab fünf Disziplinen: Quiz über allgemeine Powerchair-Hockey Fragen, Schatzsuche, einen Parcours, noch einen Parcours und Matches. Bei der Schatzsuche war es ein riesiges Gerempel, weil es nur einen Lift hatte und die Schätze im ganzen Haus verteilt waren. Mir persönlich gefiel der Parcours mit den verschiedenen Slaloms am besten, dort gewann auch unser Team. Der letzte Tag stand bevor. Im Training arbeiteten wir an unserer Technik, das heisst, wir machten lange, aber auch kurze Pässe. Wir spielten auch das Minenspiel (Blocken und ausweichen) und den Zauberwald (Ballführung durch verschiedene Hindernisse). Mir gefiel das Lager sehr gut, weil man mehrere Tage hintereinander trainieren konnte.“



Powerchair Hockey, Sportcamp 2019 Foto: Sandra Messmer-Khosla